

# 女性のライフステージと 助産師の関わり

思春期

## 初経

性の知識が未熟な時期

思春期教育

妊娠前

不妊相談

妊娠初期

## 妊娠が判明

病院等を受診

妊婦健診

つわりがピーク

助産師外来

妊娠中期

両親学級

胎動を感じるようになる

おなかが目立つようになる

乳房が大きくなる

妊娠後期

さらにおなかが大きくなって

動きづらくなる

おなかひんぱんに張るようになる

## 出産

出産介助

赤ちゃん誕生

産後デイケア

授乳のはじまり

産後入院

赤ちゃんのお世話

産後の家庭訪問

母乳・育児相談

出産後

月経が不規則になる

更年期相談

更年期

宮城県・仙台市受託事業

## 助産師による 妊産婦電話相談

090-1060-2232

ニコニコサンバ

実施日時

月・水・金

13:00 ~ 19:00

(祝休日・年末年始を除く)

対象 県内在住の妊産婦または  
県内において帰省分娩する妊産婦など

妊娠・出産・育児などに不安を抱える  
妊産婦の相談に助産師が応じます。



一般社団法人 宮城県助産師会

〒981-8522 仙台市青葉区国見 1-8-1  
東北福祉大学 健康科学部保健看護学科 気付

Tel 090-2273-3834

Email miyagisanba@gmail.com

URL <https://midwife-miyagi.net/>



(2022年6月改訂)

あなたのそばに  
助産師がいます。

一般社団法人 宮城県助産師会

# あなたのそばに 助産師がいます。

助産師は女性の生涯にわたる健康支援のスペシャリスト(専門家)です。

助産師は英語で“midwife”といいますが、with woman という意味です。すなわち助産師はいつでも女性のそばに寄り添い、必要なときにはいつでも手を差し伸べることが仕事です。また助産師はパートナーやご家族への支援も行います。どの助産師も女性とそこにご家族の健康と幸せを心より願っています。

助産師は、出産の介助、妊娠中・産後・母乳育児の保健指導とケアを主として行いますが、思春期や更年期など女性の一生を通してあらゆる場面での健康支援も大切にしています。

## 助産師のしごと



### ● 思春期

二次性徴を迎える準備やいのちや性の教育の講座に出向きます。いのちの誕生に関わる助産師だからこそ、いのちの大切さや重みを子どもたちに伝えたいと願っています。

いのちや性の健康講座、電話相談など

### ● 妊娠期

妊娠期間を通じて、妊娠期の快適な生活、安全で安心な出産・育児の準備をお手伝いします。

妊婦健診、助産師外来、母親学級、両親学級

### ● 出産期

産婦さんの支援と自然に経過しているお産の介助を行います。女性の産む力と赤ちゃんの生まれる力を最大限に発揮できるようにお手伝いします。

出産の介助、新生児のケア

### ● 育児期

出産後の女性や家族の健康を保つために、産後のからだの回復の観察、母乳育児の方法や育児方法、育児相談、産後の保健指導などを行います。産後の入院期間中(約5~6日間)はもちろん、退院後も継続して支援いたします。

母乳育児支援、保健指導、産後の家庭訪問

### ● 更年期

閉経に伴う心身の変化についてより快適に過ごせるようにお手伝いします。女性の健康講座など

## 助産師のいる場所

助産師が働いている場所には、病院、診療所、助産所、保健センター、学校、子育て支援センターなどがあります。

助産師の多くは病院、診療所に勤務しておりますので、健診や母親・両親学級、入院の際にはぜひお声がけ下さい。開業している助産師は助



産所にいます。お産ができる助産所、産後ケアの助産所、母乳相談の助産所など特徴がありますので、ぜひお問い合わせ下さい。保健センターでは、母親・両親学級、産後の家庭訪問などを助産師が担当しています。